# ADNOTĂRI LA CONSFĂTUIREA METODICO-ȘTIINȚIFICĂ A CLUBULUI STEAUA

*Atașat tradiției sale, cabinetul de specialitate al clubului Steaua și-a încheiat recent „anul științific" prin cea de a IV-a consfătuire de comunicări a specialiștilor săi. Subiectul abordat:* „Ciclul săptămînal de antrenament".

*Axați pe această problemă de aproape trei ani, antrenorii fruntași ai clubului au prezentat lucrări de o deosebită valoare practică. Materialul faptic s-a concentrat pe analiza dinamicii efortului în ciclurile săptămînale de antrenament, în perioada pregătitoare sau competițională. Au prezentat comunicări: N. Năvăsart (caiac-canoe), T. Tănase (volei), G. Șuteu (lupte), I. Söter, B. Elias (atletism), N. Radu (canotaj), I. Frincu (polo), Șt. Achim (haltere), M. Toader (tir) și N. Gheondea (rugby). Demn de remarcat a fost, în primul rînd, raportul general asupra stadiului actual al problematicii ciclului săptămînal de antrenament, susținut de președintele cabinetului, I. Mureșan. Dintre celelalte lucrări interesante, menționăm comunicarea doctorului Octavian Popescu. Cu ajutorul unui material demonstrativ, el a propus convingător o nouă clasificare a mecanismelor complexe ale actului motric, argumentînd problema fracțiunilor antrenamentului în ciclul săptămînal, care pot avea efecte transmisibile (de consolidare sau perfecționare a deprinderilor), perisabile (de stingere a unor calități inutile), de anticipație (planificare din timp) și de întreținere (menținerea la un oarecare nivel a unor calități).*

*Trecînd peste evidențierea unei excelente organizări, se cuvine remarcată și calitatea schimbului de opinii a specialiștilor: Gh. Zimbrești eanu (federația de atletism), dr. Alexandru Popovici (Centrul de medicină sportivă), Const. Popescu (S. S. II), N. Tărchilă (federația de volei), I. Lörincz (Cluj), N. Creangă (Bacău), Rodica Simionescu (C.N.E.F.S.). Concluziile consfătuirii au fost expuse de Emil Ghibu, vicepreședinte al C.N.E.F.S.*

*Din lucrările prezentate de către antrenorii fruntași ai clubului, din intervențiile specialiștilor precum și din concluziile trase, spicuim:* ciclul săptămînal de antrenament *(C.S.A.)* reprezintă unitatea operativă de bază a organizării și desfășurării procesului de pregătire sportivă; el constituie un element esențial de planificare, evidență și analiză; lipsa lui este de neconceput; C.S.A.-ul se diferențiază după specificul unor grupe de ramuri sportive *(jocuri sportive, sporturi individuale, probe combinate etc.)*; conținutul și orientarea C.S.A.-ului permite jalonarea metodelor, mijloacelor, formelor, succesiunea exercițiilor, dinamica efortului, numărul antrenamentelor, elementele principale și secundare, precum și cele fixe sau variabile, utilizate în pregătire; structura C.S.A.-ului se particularizează în funcție de: obiectivele stabilite (învățare, perfecționare sau competiție); componentele efortului (volum, intensitate); manifestarea bioritmurilor sportivilor (fizic, intelectual, emoțional) etc.; C.S.A.-ul permite modelarea modernă a procesului de pregătire sportivă.

*S-a propus ca C.S.A. să poarte denumirea de MICROCICLU SĂPTĂMÎNAL DE ANTRENAMENT* (mc.s.a.), *deoarece, astfel se va putea disocia de ciclurile lunare, de etape, de perioade anuale sau pluriianuale.*

Sintetizînd aceste aspecte ca niște concluzii, rod a trei consfătuiri (1967, 1968, 1969), SE POATE AFIRMA CĂ PROBLEMATICA GENERALĂ A MICROCICLULUI SĂPTĂMÎNAL ESTE REZOLVATĂ. *Urmează ca, în viitor,* specialiștii clubului Steaua precum și ceilalți tehnicieni din țară să aducă contribuții de detaliu și de profunzime, la întrebările care solicită răspunsuri din partea majorității ramurilor sportive.

*Și aceasta, nu numai la nivelul marilor performanțe, ci și a celor de rang mediu.*

**Corneliu RADUȚ**
director adjunct la Centrul de Cercetări Științifice al C.N.E.F.S.

# RETROSPECTIVĂ ROMÂNIA-R.D.G.

Republica Democrată Germană are o echipă de hochei masivă, grea, în care cîțiva coloși patrulează în fața porții proprii, iar alți jucători, mai mărunți, adevărați spiriduși ai gheții, caută, descoperă și se infiltrează prin orice fisură a adversarului. Formația oaspeților poposea la Poiana Brașov după cîteva rezultate prestigioase recente, realizate în „societatea înaltă" a hocheiului mondial — echipele grupei A. Palmaresul său îi completa cartea de vizită, și așa demnă de toată stima.

Știind dinainte că vor întîlni cei mai valoroși adversari în etapa de pregătire pe care o traversează echipa română, jucătorii noștri și antrenorii au pregătit îndelung — fizic, tactic și, mai ales psihologic — primul meci. Calculul a fost simplu: jucătorii germani trebuie stînjeniți pe tot terenul, și în tot timpul jocului. Aripile se impuneau să fie blocate, închizîndu-li-se culoarele pe care înaintează de obicei pericolele și golurile în hochei. Hărțuit permanent, adversarul putea fi scos din ritm, din tactica sa precisă, din arhitectura paselor și combinațiilor, îngăduind jucătorilor preluarea inițiativei și spontaneitatea contraatacurilor.

Conștienți de răspundere, impresionați de renumele adversarilor, jucătorii n-au ieșit din cuvîntul de ordine dat de antrenori. Jocul mergea (atacurile românilor creșteau văzînd cu ochii), victoria plutea în aer, spre surprinderea și nedumerirea oaspeților. Jocul formației noastre a fost atît de reușit încît prin permanența inițiativei, cursivitatea replierilor în apărare și în sens invers, jucătorii noștri au înțeles că au fost mai buni, că puteau cîștiga, că victoria putea fi culeasă cu destulă ușurință din plasa adversă, dacă înaintașii noștri ar fi fost mai insistenți. Acesta a fost meritul și în mod paradoxal „păcatul" primului meci. El a schimbat psihologia oamenilor noștri pentru al doilea meci. Privindu-i pe adversari cu alți ochi, și de pe pozițiile unei posibile victorii, fundașii noștri au scăpat din vedere aripile adverse care au tras după ele toată înaintarea într-un presing căruia echipa noastră fisurată de cîteva indisponibilități nu i-a rezistat. Schimbîndu-se aspectul jocului, s-a instalat și deruta. Lanțiii echipei au cedat, astfel că în 7 minute s-au primit 4 goluri. Meciul era consumat!

Orice încercări ulterioare (și au fost, în special în reprizele a II-a și a III-a) ale echipei noastre n-au mai putut stăvili fluxul advers.

Jocul formației române mai trebuie — după părerea noastră — lucrat în ceea ce privește atacul, finalizarea. Oricît te-ai apăra, dacă nu marchezi, nu poți cîștiga.

Trebuie observate mai atent angajamentele. Fiecare angajament cîștigat, înseamnă un atac, un gol posibil. Fundașii schimbați mai des, oricît s-ar dovedi de buni unii dintre ei. Obosiți, sufocați, ei pierd la un moment dat ritmul, și jocul în loc să se închege se temporizează. Ne-au plăcut portarii. Crișan, excelent, are o contribuție însemnată la scorul de 1—1 în primul meci. În cel de al doilea — Dumitraș — introdus pentru rodare — a avut momente reușite, dar și ieșiri neinspirate care au risipit panică printre spectatori.

**Mihai BIRA**

# DOUĂ RECORDURI NAȚIONALE DE JUNIORI LA HALTERE

**Cu prilejul unei reuniuni de haltere care a avut loc la Sibiu, tînărul halterofil Vasile Deac (C.S.M. Sibiu) a stabilit două recorduri naționale de juniori, la categoria supergrea.**

**Vasile Deac a totalizat 352,5 kg și a aruncat 135 kg, depășind ambele recorduri care-i aparțineau cu cîte 2,5 kg.**

**C. GRUIA — coresp.**

# LOTURILE REPUBLICANE DE TIR PENTRU SEZONUL INTERNAȚIONAL 1970

Recent, federația noastră de tir a alcătuit loturile republicane cu sportivii vizați pentru competițiile internaționale din anul viitor.

**Pușcă seniori, gr. A:** P. Șandor, N. Rotaru, Șt. Caban, Gh. Vasilescu, Șt. Tamaș; **gr. B:** M. Ferecatu, Gh. Sicorschi, T. Ciulu, M. Marin, I. Olărescu; **antrenor pentru ambele grupe:** Mihai Toader.

**Pușcă senioare, gr. A:** Mariana Antonescu, Edda Baia, Ana Goreti, Georgeta Șerban; **gr. B:** Mariana Borcea, Veronica Stroe, Melania Petrescu, Aritina Bițică, Ioana Soare, Magda Borcea; **antrenor:** Mircea Baia.

**Pușcă juniori, gr. A:** I. Codreanu, Șt. Safta, Marina Vasiliu, N. Coliban, **gr. B;** S. Lupașcu, C. Gavaliugov, Victoria Savovici, Cecilia Lujeru, I. Trăscăveanu, C. Manole, Anișoara Petrache, L. Varga, Gh. Cristea; **antrenor:** Viorel Manciu.

**Pistol seniori, gr. A:** I. Tripșa, M. Roșca, D. Iuga, V. Atanasiu; **gr. B:** L. Giușcă, N. Bratu, R. Vidrașcu, G. Maghiar, M. Dumitriu, A. Gered, T. Mihai, Șt. Popa, D. Ciobanu; **antrenor:** Ștefan Petrescu.

**Pistol juniori:** M. Stan, C. Ion, I. Stanciu, A. Tudorică, N. Ene, Anișoara Matei; **antrenor:** Tadeusz Jeglinschi.

**Skeet seniori, gr. A:** Gh. Sencovici; **gr. B:** D. Danciu, G. Pintilie, N. Vlădoiu, Gh. Florescu, D. Buduru; **juniori:** F. Iurcenco, R. Mareș; **antrenor:** Ion Lovinescu.

**Talere seniori, gr. A:** Gh. Florescu; **gr. B:** I. Dumitrescu, Șt. Popovici, A. Ionescu, V. Trăistaru, A. Marinescu, Rely Vezeanu, Șt. Bodnărescu, G. Suditu. **Antrenor:** Grigore Ioanide.

**Antrenori coordonatori:** Petre Cișmigiu — pentru armele cu glonț și Eugen Ișoveanu — pentru skeet și talere.

Componența loturilor este valabilă pentru situația prezentă. Ușile sînt deschise în ambele sensuri, atît în cadrul grupelor, cît și în privința intrării sau ieșirii din loturile republicane. Desigur, totul este în funcție de comportările și rezultatele viitoare ale sportivilor.

★

**Federația română de tir a hotărît data perioadei de transferări: 1—15 ianuarie 1970.**

# TELEcronica

## DOR

*Liniște, liniște, liniște... Tăcere, tăcere, tăcere... Pustiu, pustiu, pustiu... Duminica, știri peste știri... Rezultatele — feminine și masculine — la baschet, scrise frumos pe tabele — și citite. Rezultatele — feminine și masculine — la volei, tot așa scrise frumos și citite frumos. Nu se joacă oină — feminin și masculin — iarna că am avea parte și de asta, în lipsa totală de inspirație care viscolește crunt peste Telesport. Niciodată emisiunile sportive n-au arătat în halul acesta — o spun de-a dreptul, fără milă, deși nu e frumos în aceste zile cînd toți sîntem cu „la mulți ani!" pe buze. Dar mă uit la Telesport și uit în ce zi sîntem. Îmi stă ceasul. Înghеț. Un frig crunt vine din tabelele, imaginile și vorbele reci, palide, transmise nici măcar în dorul lelii, căci nu văd, nu aud nici un dor. Care dor, ce dor? Se stă și se citește telexul. Telexul nu are dor. Telexul are știri. Televiziunea sportivă se face (cu știri și) cu dor. Știrile se pun între paranteze. Televiziunea e tot ce se vede și se află în afara parantezei. Nu vedem nimic. Nu aflăm nimic.*

*Voi face și eu un tabel cu știri, cu vorbe, cu pronosport, cu dor — rimă la Belphegor:*

*Idei — lei... 1*
*Mapamond — fond... X*

(Ne-am calificat pentru Mexic...)

*Bădescu citește — Topescu lipsește 2*
*Foggia — Cattanzarro... X*

(Am fost în finala Cupei Davis...)

*A trăi — a muri. 1*
*A privi — a dormi 1*
*A gîndi — a moțăi. 1*

(Citiți ce a spus Voinea în „Sportul"... E o dramă)

*Dramă — lume... X*
*Analiză — sinteză X*
*Piscuri — riscuri... 2*

(Drîmbă, Irimescu, Silai, Nosievici, Gruia, Silberman...)

*Imagini — imaginație 2*
*Pasiuni — rațiuni... 1*
*Retrospectivă—perspectivă X*

*Meci rezervă: La mulți ani! — la mulți ani! 1 X 2*

**BELPHEGOR**

# ÎNCEPUT DE VACANȚĂ LA PĂLTINIȘ...

*(Urmare din pag. 1)*

*A fost doar a doua zi a vacanței. Urmează încă 12, în care toți se vor pregăti, se vor odihni și se vor întoarce acasă cu forțe proaspete.*

*Despre programul taberei ne-au vorbit prof. T. Simionescu și C. Popa, oferindu-ne o imagine elocventă a activității de aici. Pe lîngă crosuri, inevitabila bătaie cu bulgări de nea și jocuri cu mingea pe zăpadă, în program figurează concursuri de săniuțe și schi, excursii la Stîna Găujoara, întreceri de tenis de masă și șah, audiții de muzică, seri de dans și bineînțeles, Revelionul care se apropie.*

*La Păltiniș, pentru două săptămîni s-a instalat unul dintre cartierele generale ale tinerilor sportivi. Pe pîrtia Onceștilor își încearcă abilitatea studenții de la Universitatea Timișoara și elevii de la Școala sportivă Craiova, iar pe cea de la Schit se întrec reprezentanții celor 18 licee cu program de educație fizică din țară. Încerci o mare satisfacție cînd vezi atîta interes în ambele tabere. Și, în același timp, gîndurile îți fug la sfîrșitul vacanței. Ce vor povesti acești copii la înapoiere? Că au avut condiții excelente, că au fost ocrotiți cu grijă de către dascălii lor sau că vor dori să mai revină? Oricare ar fi impresiile, totul este spre binele lor căci se vor căli, vor îndrăgi sportul și, cine știe, poate unii dintre ei vor deveni chiar sportivi cu renume.*

**P.S. Și o nedumerire. Într-o stațiune de iarnă, în care se află mulți iubitori ai sportului, ziarul de specialitate nu ajunge. De ce?, se întreabă prof. Popescu-Colibași. Oare numai în orașe sînt cetățeni dornici să fie la curent cu ultimele noutăți? Să sperăm că a fost un simplu accident...**

**P. A.**

# ECHIPA DE HOCHEI

*(Urmare din pag. 1)*

**Apoi, între 26 și 29 ianuarie va avea loc la Galați „Cupa București", cu participarea echipei Poloniei, garnitura secundă a R.F.G. și — probabil — a încă unei formații străine, încă nedesemnate.**

**INAINTEA CAMPIONATULUI MONDIAL EXISTA INTENȚIA ORGANIZĂRII UNUI MECI ROMÂNIA — CEHOSLOVACIA, CARE AR URMA SĂ INAUGUREZE PATINOARUL ACOPERIT DIN BUCUREȘTI. AR FI, FĂRĂ INDOIALĂ, UN SPECTACOL HOCHEISTIC DE GALA ȘI UN INDEMN PENTRU CONSTRUCTORI DE A GRĂBI LUCRĂRILE LA PATINOAR.**

★

Astăzi, Biroul CNEFS va analiza în cadrul unei ședințe stadiul pregătirilor organizatorice în vederea C.M. de la București și Galați.

Ieri a plecat în Austria tov. I. Oprică, președintele CJEFS Galați, care va conduce echipa noastră la campionatul european pentru juniori.

# JOCURI VIU DISPUTATE ÎN „CUPA 30 DECEMBRIE"

Ultimul concurs de tenis al anului a început în sala Steaua cu întrecerile de juniori. La băieți iau parte 32 de concurenți, iar la fete 16 concurente. În general au fost jocuri echilibrate și viu disputate. Ca valoare s-a detașat întîlnirea dintre Mariana Simionescu (Dinamo) și Mihaela Dimitriu (Cutezătorii): 6—5, 6—3. Dinamovista a prestat un joc foarte bun, confirmînd încă o dată că este un talent de nădejde al tenisului feminin. Într-o partidă dîrz disputată E. Cotuna (Șc. sp. 2) a învins-o pe cîștigătoarea „Cupei de toamnă", Florența Mihai (Dinamo) cu 2—6, 6—0, 6—4. La băieți, un joc frumos ne-a oferit A. Roșianu (Steaua) care a învins pe M. Tăbăraș (Progresul) cu 6—3, 6—3, folosindu-se de o gamă variată de lovituri. O surpriză plăcută a fost comportarea celor doi juniori de la Dunărea Galați, Sabin Virgolici și Constantin Chinan. Primul a învins greu pe una din speranțele clubului Steaua, Laurențiu Soare, cu 4—6, 6—5, 6—4, iar cel de al doilea era pe punctul de a-i elimina pe Constantin Curcă (Progresul).

Întrecerile continuă zilnic între orele 9—20.

Rezultate tehnice, fete: Anca Florescu (Șc. sp. 2) — Doina Ionescu (Cutezătorii) 6—3, 6—4; Virginia Ruzici (Dinamo) — Mariana Ilie (Steaua) 6—1, 6—1; Cristina Bădin (Dinamo) — Mariana Hadgiu (Dinamo) 6—3, 6—2; băieți: R. Popescu (Șc. sp. 2) — Fl. Pinciu (Steaua) 2—6, 6—0, 6—3; I. Ruscu (Progresul) — C. Feteanu (Cutezătorii) 6—5, 6—5; M. Robu (Progresul) — E. Pană (Cutezătorii) 6—1, 6—2; R. Bădin (Progresul) — M. Chiriței escu (Steaua) 6—3, 6—1; C. Njculescu (Șc. sp. 2) — C. Ionescu (Dinamo) 6—1, 6—2; Fl. Manea (Dinamo) — Gh. Soșoi (Șc sp. 2) 6—1, 6—2; R. Bello (Șc. sp. 2) — D. Tănase (Steaua) 6—2, 6—2; C. Curcă (Progresul) — C. Chinan (Dunărea) 6—2, 2—6, 6—4; A. Leonte (Șc. sp. 2) — M. Breazu (Dinamo) 6—3, 4—6, 6—1; D. Bină (Cutezătorii) — C. Pele (Șc. sp. 2) 6—2, 6—0; Al. Bădin (Dinamo) — R. Tălmaciu (Steaua) 6—2, 6—0.

**S. I.**

# BUCUREȘTENII ÎNVINGĂTORI ÎN „CUPA JUDEȚELOR" LA SĂRITURI

Bucurîndu-se de o participare numeroasă și foarte... tînără, „Cupa județelor", concurs de sărituri în apă de la trambulină disputat la bazinul Floreasca, a prilejuit întreceri interesante, precum și posibilitatea afirmării a numeroși copii, talentați și bine pregătiți. Primele locuri au revenit, însă, consacraților, adică lui Ion Ganea și Melaniei Decuseară, săritori care domină cu autoritate, în ultima vreme, această ramură a natației. Pe echipe, locul întîi a fost cucerit de selecționata Bucureștiului, urmată de cele ale județelor Sibiu și Bihor. Surprinde absența reprezentanților Clujului, centru care beneficiază de condiții bune, dar unde nu s-a format încă un nucleu de „microbiști".

Dar, iată rezultatele individuale: *trambulina 1 m, băieți:* 1. I. Ganea (Buc.) 399,55 p; 2. C. Nedelcu (Buc.) 396,35 p; 3. D. Popoaie (Buc.) 383,40 p; *fete:* 1. Melania Decuseară (Buc.) 348,80 p; 2. Ildiko Csiki (Bihor) 304,50 p; 3. Măriuca Isăcescu (Buc.) 261,35 p; *trambulina 3 m, băieți:* 1. Ganea 445,15 p; 2. C. Nedelcu 419,35 p; I. Ilieș (Buc.) 405,90 p; *fete:* 1. Decuseară 419,75 p; 2. Freia Mühlsteffen (Sibiu) 329,40 p; 3. Csiki 327,75.

# break!stop!...box!

## „Rămîn să suflu-n luminări?"

Un singur lucru își dorea Albertino, în ziua în care împlinea 13 ani: să capete de la tatăl său 200 de lire și permisiunea de a merge, cu vărul Mario, la gala de box. **„Nino are meci greu, dar... vom fi cu toții acolo!... Și poate vă afla el vreodată că nu l-am „trădat" nici chiar pentru... un tort, în luminările căruia trebuia să suflu!"**

★

NINO BENVENUTI! Pînă cînd și numele — care a devenit atît de cunoscut — redă, prin gingășia lui, tentația unei apropieri, unei simpatii, față de acest mare boxer. Și cu atît mai mult îi îndrăgești, dacă ai avut fericita ocazie să-l vezi boxînd.

Gîndeam, prin anul 1958 cînd **Nino a boxat cu Șerbu pe „Republicii" și aproape 15 000 de spectatori le-au aplaudat meciul minute în șir, că N-AR FI RĂU CA LA „RECITALURILE" LUI NINO SĂ CAPETE BILETE DE FAVOARE TOȚI CEI CARE... VORBESC BOXUL „PE LA COLȚURI". Aveam convingerea, confirmată mai tîrziu, că toți aceștia ar fi fost obligați să recunoască frumusețea sportului cu mănuși, că mulți din ei se vor încadra chiar în rîndul celor pasionați.**

**Boxul amator mondial a avut în Nino Benvenuti un desăvîrșit reprezentant. Măiestria lui Nino a materializat în ring tot ce, prin scris sau vorbe, se încerca a se spune despre atracția și utilitatea boxului ca disciplină sportivă.** Trofeele, care poate sînt păstrate de Nino și care-i amintesc de treptele cele mai înalte urcate pe podiumurile campionatelor europene din 1957 și 1959 și Jocurile Olimpice din 1960, poartă în ele și recunoștința tuturor acelor cărora Benvenuti le-a fost un demn purtător de cuvînt.

În boxul profesionist, Nino a apărut aureolat de cununi, în laurii cărora se împleteau noi speranțe. Și el nu a dezamăgit! **A transformat ringuri, din multe colțuri de lume, în scene ale unor spectacole pugilistice cum numai el știa să susțină! A întîlnit galerii înfocate ale multor adversari și și-a supus, prin comportări sfruitoare, pe toți cei care — bazați pe mușchi mai oțeliți — s-au încumetat să-l înfrunte „versurile" încondeiate în ring prin... directe, croșeuri și upercuturi. Ca un adevărat stăpîn și ca trimis al tuturor, a traversat Oceanul și și-a dobîndit dreptul de... cel mai bun, titlu de campion mondial!**

**Nu știm ce venituri i-a adus boxul lui Benvenuti, dar cunoaștem că PENTRU BOX EL A CÎȘTIGAT MULȚI TINERI, că a determinat pași șovăielnici de pretutindeni să se îndrepte cu siguranță și curaj spre sălile cu pucinguri și saci de nisip, spre cele patru drepte ale careului limitat de trei rînduri de corzi.**

Poate acesta este motivul pentru care i-am urmărit și îi urmărim cu interes cariera pugilistică, motivul pentru care astăzi sîntem puțin îngrijorați.

Am aflat că în ultimul timp Nino turnează un western: „Să trăiești mai bine decît să mori". Filmul va avea succes, sînt convins. Eroul principal este interpretat de un băiat drăguț, cu mult talent și dăruire în tot ce întreprinde. Dar „rețeta" va fi asigurată, în mod cert, de altă „calitate" a eroului: numele lui! Am citit, însă, în cronica recentului meci Benvenuti-Rodriguez, că victoria lui Nino s-a datorat unei singure lovituri, cum se întîmplă frecvent în majoritatea meciurilor profesioniste, că pînă la acest deznodămînt el era condus și avea și o arcadă deschisă. Nu cumva una din acele legi aspre, nescrise, ale boxului își impune cerințele? Nu cumva ringul, acest „careu magic", ÎȘI PRETINDE DREPTUL DE A I TE DĂRUI ÎN EXCLUSIVITATE atîta vreme cît el îți oferă cele mai mari satisfacții?

N.B. (căruia coincidența îi poate întregi semnificația)!

...Albertino este băiat mare. Astăzi a împlinit 15 ani și a fost tare mîndru cînd mama i-a spus pentru prima dată... Alberto. Cînd se gîndește însă că se apropie ora la care încep să vină unchii și mătușile ca să-i felicite, să-i ofere mici cadouri și... multe sfaturi, parcă — nu știu — ar vrea așa... să fie în altă parte!... Dar unde?... Poate la cinematograful din apropiere?... Nici nu știe ce film... ba da, și-a amintit: rulează un western cu Nino Benvenuti! Ce să facă?... Să-i spună tatălui?.... „Dar, în fond, printre musafirii de-acasă va fi și vărul Mario și așa avea ocazia să-mi iau revanșa la un mini-calcio!

...Ce fac?... Rămîn să suflu-n luminări?"...

**Constantin CHIRIAC**

# ȘAHUL ÎN PLIN SEZON

**Abia încheiată finala campionatului național (care ne va oferi un pasionant „bis" prin meciul de baraj dintre Victor Ciocâltea și Iuliu Szabo) și iată că alte competiții vin să puncteze activitatea din lumea patratelor albe și negre.**

### JUCĂTORI ROMÂNI PESTE HOTARE

Reprezentanții noștri vor fi prezenți în două turnee organizate la cumpăna anului. Dolfi Drimer a fost invitat la tradiționalul festival șahist de la Hastings, unde va evolua în grupa maeștrilor, iar dr. O. Troianescu la concursul de la Reggio Emilia, care anul trecut l-a numărat printre cei patru învingători și pe Victor Ciocâltea.

Campionul național de juniori, Alexandru Prundeanu, concurează la Bratislava într-o competiție rezervată speranțelor șahului.

### MECI INTERNAȚIONAL LA PLOIEȘTI

În sala de șah din Ploiești s-a desfășurat o interesantă întîlnire internațională între echipa locală PETROLUL și formația poloneză C. S. MARATON, din Varșovia. Oaspeții au prezentat o garnitură redutabilă, cu 4 maeștri și 3 candidați de maestru, obținînd o victorie la limită: 8½—7½.

Din echipa gazdă cele mai bune rezultate individuale le-au obținut Dan Zara și dr. L. Pogorevici — 1½ p din 2 posibile. **(FL. ALBU, coresp.).**

### „CUPA MUREȘUL"

La Tg. Mureș s-a încheiat un puternic turneu dotat cu „Cupa Mureșul". Întrecerea a prilejuit o spectaculoasă reîntrare a maestrului Alexandru Günsberger, care a ocupat primul loc cu 10 puncte din 13 posibile. În urma lui s-au clasat. Ș. Neamțu, A. Bozdoghină, dr. R. Alexandrescu 8½ p, E. Ungureanu 8 p, D. Ghizdavu și Tr. Stanciu 7½ p etc. **(C. ALBU, coresp.).**

# SECRETELE SCHIULUI

*(Urmare din pag. 1)*

simți dintr-o dată greoi, dezarticulat, dezechilibrat, ca un copil care învață să meargă, ca o lebădă pe uscat. Chiar și cei care au o minimă idee despre practica schiului, simt stînjeneala primelor zile, după întreruperile de peste vară.

Soluția sigură, pentru a evita accidentele care vor putea rata concediul sau ar face progresul prea lent și obositor, este să recurgă la sfaturile unui instructor sau ale unui prieten care știe să schieze. Nici o carte, nici un articol nu-l vor putea înlocui pe demonstratorul practic, pe prietenul și inițiatorul de alături.

Totuși, sfaturile noastre, cuprinse în ciclul care se deschide cu acest prim articol, vă vor permite să înțelegeți mai bine explicațiile, să pătrundeți în interiorul unor legi de biomecanică și echilibru care, dacă nu sînt respectate și aplicate corect, sancționează fără întîrziere: **căzătura imediată și inevitabilă.**

Pentru cei care știu să schieze, indicațiile noastre pot fi folositoare numai în sensul unei recapitulări atractive asupra principalelor greutăți sau secrete ale unui sport în care toate mișcările au o logică și o înlănțuire ce se cer stăpînite precis.

Cu riscul de a deziluziona pe cei nerăbdători, trebuie să vă spun că schiul pretinde o ucenicie destul de îndelungată, **că trebuie aproximativ trei-patru concedii (sezoane) pentru formarea unui schior bun.** Satisfacțiile oferite, în schimb, investițiile de sănătate și prospețime spirituală și fizică, merită, însă, așteptarea și eforturile ce se impun în cadrul acestui termen.

De la începuturi, schiul face necontenite progrese atît ca popularitate, cît și ca manieră, metodă de învățare și practicare în scurta sa dezvoltare. Două școli, cea austriacă și cea franceză, au pus bazele unei programe de învățare pe care astăzi toate școlile de schi din lume o folosesc, firește, cu corectările și perfecționările aduse de concurenți.

Pe pîrtiile noastre — ca și aiurea — se pot vedea tot atîtea stiluri cîți schiori sau instructori. Dar totalul (capitalul) mișcărilor de bază, al procedeelor tehnice pe care fiecare începător trebuie să le cunoască, este unificat ca metodă de predare și învățare. Este un bun cîștigat pentru tehnica schiului. Tocmai acestor mișcări și procedee de bază ce se adresează începătorului, și pe care le-am denumi generic SECRETELE SCHIULUI, se adresează rubrica noastră.

Urmărind indicațiile și observațiile noastre, veți putea controla progresul dvs, veți avea o oglindă clară, o reprezentare a ceea ce realizați pe pantă și, mai ales, a ceea ce trebuie și vă este necesar ca să schiați.

Vă dorim succes!

# DIN NOU DESPRE PREGĂTIREA PSIHOLOGICĂ A SPORTIVILOR

**S-a comentat mult în presa noastră centrală și, mai ales, în cea de specialitate, importanța și semnificația partidei decisive cu Grecia în cadrul calificărilor pentru Mexic. S-a dezbătut proteiform, desfășurarea acestui eveniment, relaxînd sau dimpotrivă tensionînd viitorul fotbalului românesc în funcție de diverse repere. A trecut un timp de cînd liniștea s-a așternut peste stadionul-crater care la 16 noiembrie a trăit unul din cele mai emoționante episoade de psihologie sportivă de masă, aproape singulară pe scena fotbalului nostru, ca intensitate afectogenă, ca interes. Și totuși partida cu helenii lasă să persiste acele reacții în inimile iubitorilor de sport, subiectul situîndu-se și azi în centrul discuțiilor.**

**Partida cu Grecia nu reprezintă decît o scenă finală a unui act, în fața căreia stau altele și mai pretențioase de pregătit și interpretat. Dacă partida cu helenii a lăsat acel gust amar de care s-a vorbit, probabil că undeva au existat omisiuni sau atitudini concesive nepermise, insuficiente mobilizări de resurse sau erori de interpretare a unor situații, posibile, pe anumite planuri. Direct, credem, că momentul psihologic legat de partida respectivă nu a fost pregătit corect pentru a i se asigura o desfășurare armonioasă, ferită de seisme, de ecouri nocive, în funcție de factorii cunoscuți sau, cel puțin, anticipați ai ecuației cu multe necunoscute pe care o reprezenta jocul respectiv.**

**Deși s-a hotărît, de către antrenori, să se creeze o atmosferă de liniște, bine ponderată, în jurul echipei naționale pînă în ajunul meciului ca un mijloc bun de pregătire psihologică, de psihoprofilaxie dacă vreți, de evitare a unor stressuri, traumatisme etc., acest deziderat nu s-a realizat. Insulele de tăcere de la Poiana și Snagov nu au scăpat nici ele de zguduiri afective. Se știe că jucătorilor, pe diverse căi, poate nu cele cunoscute și admise, le-au parvenit constelații de informații dintre cele mai derutante, care nu puteau să-i lase indiferenți, chiar pe cei ce au trăit experiența erupțiilor sonore de pe Wembley, Lausanne și Atena. În acest fel, pregătirea psihologică pentru joc a fost dezechilibrată, influențată negativ, iar echipierii apreciați pentru calmul lor quasi imperturbabil, pentru luciditatea de care au dat dovadă în momente grele, de răscruce, nu au mai fost stăpîni pe armonia forului lor interior, intrînd în derută, încărcîndu-se, unii anormal pe plan emoțional, alții apatizîndu-se după egalarea scorului etc. Majoritatea internaționalilor au acuzat insomnie o noapte și chiar două înaintea partidei, copleșiți de temeri, de importanța jocului, invadați, literalmente, de aceste ape tulburi revărsate peste maluri.**

**Ni se pare semnificativ rezultatul unei microanchete făcute de noi pe 115 amatori sportivi cu experiență și 16 sportivi de performanță în decada 6—16 noiembrie, deci în ultimele zile dinaintea partidei, avînd ca temă: „Cum apreciați munca de agitație, de pregătire care se duce în presa noastră în ajunul partidei cu Grecia"? Răspunsurile, bineînțeles, nu s-au referit la probleme de tactică, de tehnică specializată. Un număr de 63 dintre acești iubitori ai fotbalului, au considerat că presa, în special, se orientează bine imprimînd o atmosferă de curaj, de calm jucătorilor, documentînd, pe puncte, superioritatea națională noastre în această conjunctură, fără a-i subaprecia, în mod ilegitim, pe adversari mai ales în condițiile psihologice specifice acestui joc final, în jurul căruia au circulat opinii de diverse naturi și finalități. 24 au afirmat că presa repetă prea des criteriile care trebuie să conducă aproape cu certitudine spre calificare (joc acasă, echipa noastră mai tehnică, mai valoroasă, absența unor victorii grecești asupra naționalei române în palmares etc.) fapt care ar putea să-i deconecteze pe unii dintre echipieri, să producă pericolul unei calmări totale, nesănătoase (emoția bine dozată e absolut necesară în competiție), să introducă o atmosferă de quasi-certitudine ușor demobilizatoare. 10 intervievați au afirmat că articolele nu au fost supuse unui proces optim de triere, de sortare, articole de genul celor amintite au alternat cu altele care, accentuînd disproporționat importanța jocului, au adus în sprijin și unele afirmații belicoase, foarte îndrăznețe din tabăra adversă, sigură la rîndul ei de victorie. Ultimele articole au putut genera afecte negative, stări de surescitare la anumiți jucători cu temperament mai labil, chiar dacă națională noastră reprezintă un grup aproape omogen ca afinități sportive, interese centrale stabile, mergînd pînă la cea mai dorită prezență: sudura perfectă sufletească. Aceiași subiecți cred că presa a fost mai „cuminte", mai echilibrată, mai înțeleaptă în prelucrarea meciului partidei de la Lausanne și, în general, în pregătirea psihologică a jucătorilor. În sfîrșit, ultimii 18 subiecți, cred că în pofida unei reale importanțe a partidei, a caracterului ei decisiv, n-a supradimensionat, mai ales, acest aspect.**

**Datele recoltate de noi nu reclamă desigur o interpretare specială, laborioasă. Rezultă — deși numărul celor intervievați a fost redus, ceea ce nu permite concluzii de rigoare — că undeva s-a făcut simțită prezența unor factori negativi, parazitari, în ansamblul pregătirii psihologice a jucătorilor. Acest lucru, fără a dramatiza situațiile, trebuie să ne dea de gîndit.**

**Noi considerăm că, dincolo de pregătirea tehnico-tactică, pregătirea psihică trebuie foarte bine dozată atît în sportul individual dar mai ales în cel de echipă. Se spune că națională de fotbal reprezintă un colectiv sportiv gonfotern — e meritul în primul rînd al antrenorilor — adică cu aspirații și aptitudini omogene la care se adaugă și liantul intim sufletesc, viața amicală, maximum ce se poate cere unei formații. Aceasta nu înseamnă că echipa nu rămîne totuși un material uman cu personalitate mereu în transformare dialectică, uneori un nisip mișcător care trebuie bine urmărit, orice pierdere din vedere ducînd la reducerea potențialului de cunoaștere și dirijare adecvată a colectivului.**

**Jocul cu Grecia ne-a dovedit că echipierii nu au știut să rezolve problemele pregătite, atunci cînd au devenit ei actori în scenă, astfel n-au reușit să creeze elemente frenatoare ale unor emoții în revărsare. Deschiderea scorului, moment psihologic de importanță axială, nu i-a propulsat pe tricolori, nu a declanșat flacăra unei ofensive vii, de nestăvilit, în fața unui adversar intrat în vertij, iar egalarea scorului, al doilea moment psihologic a produs derută, unii jucători intrînd în apatie sau anxietate paralizantă sau în surescitare. O zvicnire reușită a adversarilor ar fi transformat în cenușă toate visele, toate perspectivele unui orizont promițător, la baza căruia a stat un munte de trudă depusă.**

**Rămînem la convingerea că avem de învățat de pe urma greșelilor desigur constatate în fondul de pregătire psihologică a jucătorilor pentru ultimul meci de calificare, unde trebuia să ne preocupe totul pînă în cele mai fine detalii aproape de exhaustivitate, anticipînd și presupunînd orice situație posibilă.**

**Viitorul ne va arăta, sîntem siguri, în țara piramidelor mexicane, cît de fin și de minuțios trebuie oficiată această pregătire sufletească, în filigran. Performanța sportivă nu poate fi gîndită fără includerea valențelor psihice atestate tot mai ferm.**

**Interviul nostru luat unui număr de 18 antrenori din toată țara (handbal, volei, fotbal, baschet) arată că numai 6 dintre ei acordă rol de primă vioară calităților tehnice-tactice specifice în obținerea performanțelor; 10 antrenori consideră că preg